



WERDE POOL-FIT!
MIT SCHWIMKÄFER

SCHWIMMIX



POOL-FIT! - KURS



Wann & Wo ?

Hallenbad Deutschfeistritz - Schulgasse 1

Start: **Freitag, 09. MAI**

Treffpunkt: 16:00 - 16:30 Uhr (30 min)

umgezogen in der Schwimmhalle

4 oder 6 EH:

09.05, 16.05, 23.05, 06.06, 13.06, 27.06

VORAUSSETZUNGEN:

ab 10 M – 4 Jahren (plus eine Begleitperson)

KURSKOSTEN inkl. Hallenmiete:

4 EH 68,- oder 6 EH: 90,-

Zahlungsinfos erhalten Sie nach ihrer Anmeldung

1 Woche vor Kursstart (auch im Spamordner nachsehen)

ANMELDEFRIST: **25.MAI**

Anmeldungen werden in der Reihenfolge Ihres Eingangs berücksichtigt !

ONLINE ANMELDUNG www.schwimmresilienz.at -

Angebote Schwimmkurse



Schwimmkurse Online Buchung
Deutschfeistritz

Werde Pool-Fit! für den Sommer mit Schwimkäfer *SchwimmMix* !

Sie erlernen, wie Sie Ihr Kind mit sicheren Halte-, und Grifftechniken im Freibad oder auch im Privatpool im Sommer unterstützen können; zudem auf was Sie bei einer einfühlsamen Wassergewöhnung achten sollten.

Dabei soll Ihr Kind mit Ihrer Unterstützung das Element Wasser als Spiel-, und Übungsraum nicht nur lieben, sondern vor allem einen sicheren Umgang im und am Wasser (bzw. Pool) erlernen.

Weitere Kurs-Schwerpunkte

- „Der Beckenrand mein sicherer Ort“ – Übungen
- sichere Halte-, und Grifftechniken
- gezielte Wasserwiderstandsübungen
- aktive Bewegungsübungen /Anregungen der Arme und Beine

...in Verbindung mit Liedern , altersgerechtem Spielzeug und gemeinsamen Spielen.

MITZUBRINGEN: Schwimmwindel, Handtuch, Babywarmer und Kinderneopren (bei Bedarf) und restliches Schwimmmaterial wird gratis zur Verfügung gestellt.

KURSLEITUNG/ BEI WEITEREN FRAGEN

Mag. Stefanie Petermann, MA

Babyschwimmtrainerin & Gesundheitspädagogin

Tel.: 0676 93 71 751

E-Mail: stp@schwimmresilienz.at